

Journées	Dates	Heures	Endroit	Nombre d'heures
Vendredi	25 juin 2021	16 :00 à 20 :00	Plage municipale Rotary du lac Blouin (route 397 vers Val-Senneville)	4 h
Samedi	26 juin 2021	08 :00 à 12 :00		4 h
		13 :00 à 17 :00		4 h
Dimanche	27 juin 2021	08 :00 à 12 :00		4 h
		13 :00 à 17 :00		4 h
VEUILLEZ APPORTER VOS REPAS SUR PLACE				TOTAL

- Préalable :** Certificat Sauveteur national – Option piscine et Premiers soins général/DEA/EPI à jour (preuve à fournir à l'inscription)
- Prix :** Résidents : 165 \$ (frais d'examen et de certification inclus)
Non-résidents : +10% du coût d'inscription des résidents
- Nombre de places :** 10 participants
- Inscriptions :** Du 13 mai au 24 juin 2021 par internet sur la [plateforme d'inscription](#). Vous devez créer votre compte Loisir.
- Matériel obligatoire :** Masque de poche, sifflet bracelet Fox 40, couverture, une (1) boîte de gants d'examen en nitrile, plusieurs masques de procédure (le couvre-visage n'est pas accepté), 3 bandages triangulaires, 1 attelle en coroplaste (ou carton) pour fractures du bras et de la jambe, 1 rouleau de bande de gaze extensible (4" large), 1 compresse de gaze stérile (4"X4"), palme (éviter les palmes ouvertes), masque et tuba. Vêtements chauds, costume de bain et vêtements de sport.
- Également obligatoire :** Lire les chapitres 2, 3, 4, 5, 12 du Volume Alerte.
- Matériel recommandé :** Casque de bain, lunettes de natation, serviette de rechange, *wetsuit*¹.
- COVID-19 :** Le port du masque de procédure est obligatoire; tout candidat qui n'en porte pas se verra refuser l'accès sans possibilité de remboursement.
- Un candidat présentant des signes et symptômes reliés à la COVID-19 ne pourra pas être accepté à la formation. Pour recevoir un remboursement, il devra en faire la demande par écrit au moins un jour ouvrable avant la tenue de celle-ci.
- Fortement conseillé :** Pour bien vous préparer au cours S.N. Plage continentale, votre entraînement devrait comprendre ce qui suit :
1. L'ABC et méthode de R.C.R. en vigueur avec les complications s'y rattachant et maîtrise de l'utilisation du masque de poche;
 2. Sauvetage d'une victime immergée, d'un non-nageur et d'une personne blessée à la colonne vertébrale ;
 3. Physique : Vous entraîner au moins 1 mois à l'avance afin d'être prêt pour faire les 3 épreuves physiques dont le 300 m dans le temps requis (5-6 m), 100 m course sur plage, 100 m nage tête hors de l'eau et 100 m remorquage d'une victime sans aide quelconque;
 4. Pratique du maniement du matériel de plongée en apnée (palmes, masque, tuba), d'une embarcation et d'un aquaplane (voir volume Alerte!);
 5. Révision des techniques de surveillance, procédures d'urgence en plage, des méthodes de recherche et de tous vos premiers soins.
- Informations :** 819 824-1333 # 0 ou sports.pleinair@ville.valdor.qc.ca